Rok XI. Lwów, październik 1912. Nr. 10.

PRZEGLĄD HYGIENICZNY

ORGAN
TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO

REDAKTOR NACZELNY I ODPOWIEDZIALNY:
Dr. BR. KACZOROWSKI i Prof. Dr. K. PANEK
ul. Chorążczyzna l. 22. ul. Senatorska 11.

WYCHODZI PIERWSZEGO DNIA KAŻDEGO MIESIĄCA	KOMITET REDAKCYJNY: DR. L. BIER, DR. A. DAMM, PROF. DR M. GRABOWSKI, DR. WŁ. HOJNACKI, DR. J. OPIEŃSKI, DOC. DR. E. PIASECKI, DR. R. QUEST	PRZEDPŁATA ROCZNA: 4 KORONY 4 MARKI 2 RUBLE

Redakcya i administracya, Lwów, ul. Chorążczyzna 22.

Wychowanie fizyczne w programie zadań sokolstwa polskiego.

Napisał

Prof. Dr. Kazimierz Panek.

Referat wygłoszony na posiedzeniu ankiety w sprawie wychowania fizycznego, zwołanej przez Związek Towarzystw Sokolich we Lwowie.

Zbyteczne uzasadniać, że wychowanie fizyczne w nowoczesnej dobie należy do zagadnień społecznych pierwszorzędnej wagi. Uwagę i troskę, jaką poświęcają tej sprawie kraje wysokiej kultury, jak również rozwój nowych gałęzi wiedzy śledzących za przejawami ustroju w czasie pracy fizycznej i ćwiczeń ruchowych i za wpływem tychże na czynności życiowe, których to badań celem jest wysnucie i wytyczenie prawideł dla podstaw racyonalnego wychowania fizycznego, najlepiej doniosłość tego czynnika odzwierciedla. Że sprawa wychowania fizycznego właśnie w naszej dobie wybija się na czoło zagadnień kulturalnych i zwraca na siebie uwagę jednostek i warstw, którym dobro ogólne na sercu leży, przyczyna tego: postęp oświaty i kształtowanie się warunków bytu społeczeństwa nowoczesnego.

W miarę wzrostu kultury, postępu techniki i olbrzymiego wprost rozwoju życia miejskiego, człowiek odsuwając się od wpływu bezpośredniego przyrody zmienia stopniowo swój tryb życia. Zakres

pracy umysłowej bierze górę nad pracą fizyczną, wysiłek mózgowy nie znajduje równoważnika w działalności innych narządów — a z tą chwilą i naruszenie równowagi funkcyi życiowych ustroju naszego coraz łatwiej i silniej odczuwać się daje. Jednostronny a nasilony rodzaj pracy nietylko obniża sprawność i wydatnosć wyczerpanego mózgu, ale z czasem niszczy trwale ową równowagę ducha zalety trzeźwego i twórczego umysłu.

Minęły już bezpowrotnie owe czasy, gdzie młodzian bujny siłą i zdrowiem potrzebę ruchu i życia wyładowywał na kresach ojczystego kraju, hartując ciało i ducha w trudach i znoju życia obozowego na łonie przyrody. Tam wychowanie fizyczne dokonywało się samoistnie, siłą faktu i potrzeb. Dziś czasy się zmieniły — technika i postęp cywilizacyi odgradza człowieka nowoczesnego coraz bardziej od bezpośredniego wpływu wolnej przyrody — a równoważnik pracy duchowej musi być zastąpiony inną sztuczną wartością. Rolę tę spełnić ma wychowanie fizyczne. Jego przeznaczeniem krzepić i hartować ciało, pobudzać do czynności narządy z codziennej pracy wykluczone, być przeciwwagą pracy umysłowej i utrwalać równowagę i zalety ducha. Zadaniem wychowania fizycznego jest przysparzać narodowi jednostek zdrowych, silnych a karnych, które w poczuciu swej tężyzny będą w stanie skutecznie bronić praw i bytu swego narodu. I jeśli śledzić będziemy pracę i postępy na polu wychowania fizycznego u innych narodów o wysokiej kulturze, wszędzie dostrzedz się daje z łatwością owo przewijające się, jak nić czerwona, dążenie stałe, którego treścią: wychować obywatela, bojownika o prawa i byt swej ojczyzny.

Tak też pojmuje i »Sokół« swą rolę, obierając sobie tak wdzięczny, choć żmudny dział pracy na niwie narodowej. W wychowaniu fizycznem widzi on jeden z głównych czynników odrodzenia narodowego, zadatek lepszej jasnej przyszłości.

Czy jednak dotychczasowy sposób wychowania fizycznego w łonie Sokolstwa odpowiada swemu przeznaczeniu? Niestety — przyznać musimy — mija się z tym celem. Co prawda zarzut ten spotyka nietylko Sokolstwo, odnosi się on w pełnej mierze do całego ruchu, który u nas pod zbiorową nazwą »wychowania fizycznego« spostrzegać się daje. Śledząc bowiem dzieje tego ruchu (poza Sokołem) bezstronny obserwator odnieść musi wrażenie bezmiernego haosu, jaki na tem polu panuje — plan wychowania fizycznego bez myśli przewodniej, obierący z dnia na dzień inne kierunki, nie ujęty w żadne karby, zależny często od losu, przypadku, dobrej woli lub upodobania tak kierowników jak i uczestników, a nawet od mody. Że w tych warunkach o właściwej korzyści, o osiągnięciu celu, o który chodzi mowy być nie może, jak również, że ten sposób prowadzenia wychowania fizycznego więcej strat i szkody, niźli pożytku przynieść musi, to niestety już dotychczasowe wyniki dowodnie stwierdzają.

Inaczej rzecz się przedstawia w Sokolstwie. Tu wychowanie fizyczne ujęte w szablon jak w wązkie koryto żadną miarą, szerszą falą rozlać się nie może. Jednostronny sposób prowadzenia ćwiczeń fizycznych, niedostosowanych do potrzeb i wymogów nowoczesnej doby nie budzi należytego zainteresowania, szeregi sokole oddające się ćwiczeniom rzedną, karność rozluźnia się. Nie czas i miejsce szukać mi przyczyn tych niedomagań, jak również nie mam zamiaru krytycznego rozpatrywania wad i złych stron dotychczasowego systemu — o poprawę chodzi, o postawienie sprawy wychowania fizycznego w Sokolstwie na tej wyżynie jak tego duch czasu i potrzeby naszego narodu wymagają.

Wskazania i program naszej pracy płyną z treści wychowania fizycznego, którą ująć można w następujących żądaniach:

a) krzepić ciało drogą ćwiczeń fizycznych, chronić go od wadliwego rozwoju, pobudzać narządy nieczynne do żywszej pracy, podtrzymywać równowagę wszelkich czynności życiowych ustroju;

b) odporność ustroju na niekorzystne wpływy zewnętrzne wzmagać drogą hartowania ciała i wzmacniania układu nerwowego drogą praktycznego wpajania zasad zdrowotnych, oraz uodporniania ustroju na wpływy i czynniki chorobowe;

c) pielęgnowanie zalet i przymiotów ducha, budzenie odwagi, rycerskości, poczucia swej siły, przytomności umysłu, samopomocy, kształcenie karności, a przedewszystkiem woli.

Z istoty rzeczy wynika, że punkt ciężkości pracy na tem polu spoczywać musi w ćwiczeniach fizycznych, przystosowanych do celów wymienych postulatów, oraz potrzeb narodowych, z pełnem uwzględnieniem danych, dostarczonych przez naukę i doświadczenie. Nieświadomość i niezrozumienie celów wychowania fizycznego, uprawianie bezmyślne ćwiczeń ruchowych pod hasłem »niechaj będzie ruch« — za wszelką cenę, jak to dzisiaj się dzieje, musi pociągnąć za sobą bardzo ujemne następstwa. Natomiast dokładne uświadomienie sobie wpływu ruchu na ustrój w warunkach różnych pozwala zawsze trafnie ocenić wartość poszczególnych ćwiczeń dla celów ogólnej sprawy.

Celem łatwiejszego porozumienia się pozwolę sobie przedstawić w krótkich słowach wpływ ćwiczeń fizycznych na ustrój, korzyści i możliwe szkody stąd wynikające. Fakty to ogólnie znane, ale zszeregowane w krótkiem zestawieniu będą substratem do rozpatrywania naszej sprawy.

Ruch fizyczny ciała jest, jak wiadomo, wzmożoną pracą w pierwszym rzędzie układu mięśniowego, a więc narządów przeważną część masy naszego ciała stanowiących. Każdy narząd pracujący zużywa stosownie do wielkości wyładowanej energii odpowiednią ilość ma-

teryału odżywczego, czyli — sit venia verbo — paliwa, gdyż wywiązana energia czerpie się z rozkładu pokarmów pod wpływem wiązania się tlenu przez krew dostarczonego, a więc jest rodzajem spalania bezpłomiennego. Szczególniej mięsień w czasie swej pracy góruje nad innymi narządami ilością zużytej energii, wymaga tedy obfitego w tym czasie dowozu owych w energię zasobnych czynników odżywczych. Pracujące więc mięśnie wymagają znacznego dopływu krwi, dostarczającej tkance mięsnej tlenu i substancyi odżywczych, a wywiązana z nich energia przeobraża się jużto w pracę mechaniczną już też w ciepło, którego zasób w ustroju w czasie ruchu szybko wzrasta. To wzmożone jednak zapotrzebowanie mięśni pracujących, jak również gromadzenie się nadmiaru ciepła w ustroju pobudza z konieczności i inne narządy do większej pracy. Serce musi przeprowadzić większą ilość krwi przez wspomniane narządy, płuca muszą pochłonąć i dostarczyć większej ilości tlenu, narządy trawienia i przemiany materyi przygotować większy zasób materyałów odżywczych, skóra wraz z swymi naczyniami i gruczołami pobudzona bywa również do większej czynności, by wydalić nadmiar nagromadzonego ciepła itd.

O ile praca mięśniowa nie jest zbyt wygórowaną płyną z niej przeto niepoślednie dla ustroju korzyści. Wskutek wzmożonej pracy narządu krwionośnego i oddechowego zostają wszystkie narządy ciała wydatnie zaopatrzone w krew, odżywienie wszystkich narządów się poprawia, ogólna przemiana materyi się wzmaga, łaknienie się budzi, tkanki jędrnieją, okazując żywszą czynność. Niepospolitą zaś korzyść odnosi ustrój, jak badania naukowe ostatniej doby zgodnie stwierdzają, przez spotęgowanie procesów utlenienia, od których w pierwszym rzędzie zależy energia życiowa i odporność ciała ludzkiego na wpływy chorobowe. Praca mięśni dotąd zaniedbanych i zanikłych staje się bodźcem do ich rozrostu i jędrności, poprawia kształty i postawę ciała, nadając mu przyrodzoną piękność i wdzięk ruchów. Łącznie z poczuciem siły i tężyzny fizycznej zyskuje na zdrowiu i układ sercowy.

Praca mózgu dostatnio odżywianego staje się wydatniejszą, świadomość i wola obejmuje pełne panowanie nad funkcyą nerwów obwodowych i odruchami, zborność mięśniowa zyskuje niepospolitą pewność, a szybkość odczuwania wrażeń, ich analiza duchowa i zdolność oddziaływania na bodźce zewnętrzne zostaje spotęgowaną. Obraz przytoczony w pełni wyraża nasze hasło sokole: »zdrowy duch w zdrowem ciele«.

Również i następstwa wykonanej pracy fizycznej w tem pojęciu nie są pozbawione korzyści zdrowotnych. Nagromadzone pod wpływem pracy mięśniowej produkty przemiany materyi, spalenia, działają w chwili znużenia obniżająco na pobudliwość układu nerwowe-

go, budząc pragnienie spoczynku i pogrążając ustrój łatwo w śnie głębokim, który znakomicie krzepi. W czasie snu ustrój pozbywa się owych wytworów zbytecznych, powodujących znużenie, by nazajutrz odświeżony być sposobnym do podjęcia ponownej, wydatnej pracy.

Jest jednak i odwrotna strona medalu. Jedne i te same ćwiczenia fizyczne w sposób nieodpowiedni, lub w warunkach różnych zastosowane zamiast korzyści szkodę przynieść mogą. Jeżeli wykonana praca jest nadmierną, niedostosowaną do sił ustroju, do jego zasobu energii zapasowej, do wielkości i masy narządów, konstytucyi ciała— wtedy i ćwiczenia wspomniane stają się czynnikiem szkodliwym lub wprost chorobotwórczym.

Przyczyny ujemnego działania ćwiczeń fizycznych na ustrój szukać należy głównie w 3 kierunkach:

a) natężenie zbytnie stosowanych ćwiczeń tak co do jakości jakoteż ilości wykonanej pracy;

b) nieodpowiedni dobór ćwiczeń jużto ze względu na rodzaj tychże, jużteż indywidualność ćwiczących (wiek, konstytucya, stan zdrowia, przygotowanie itp.);

c) nie przestrzestrzeganie głównych zasad zdrowotności w czasie uprawiania ćwiczeń.

Te ujemne dla zdrowia skutki dadzą się objąć jednem mianem »przesilenia« i zmian następowych. Nadmierna praca mięśniowa pobudza mianowicie w myśl poprzednich wywodów do wysilającej pracy narządy zaopatrujące układ mięśniowy — praca serca i płuc zostaje w szczególności ponad miarę wzmożoną, doprowadzając do zupełnego wyczerpania tychże. Stan ten może dojść do kresu, w którym już do szczytu nasilona praca serca zadaniu podołać nie jest w stanie. Uczucie gwałtownego braku tlenu, duszność, następstwa zawału ciepła i ogólne wyczerpanie składa się na taki stan przesilenia. Jeśli wysiłki tego rodzaju są zbyt gwałtowne lub często się powtarzają, wywołują trwałe a ciężkie zmiany w owych tak ważnych narządach, jak układ krwionośny i oddechowy, jakoto rozstrzeń i niedomoga serca, rozedma płuc, zgrubienie ścian tętniczych, usposabiające do miażdżycy czyli zwapnienia tychże. Ponad miarę pobudzone spalenie substancyi odżywczych w mięśniach odciąga znaczną ilość krwi z innych dla życia narządów z ujmą ich funkcyi dotkliwie odczuwać się dającą. Burzliwa wreszcie przemiana materyi nie dochodzi do możności całkowitego spalania substancyi odżywczych, nie starczy po temu tlenu, skutkiem czego powstają wsteczne wytwory przemiany materye, substancye często trujące, które jużto odłożone zostają w ustroju, niszcząc zdolność życiową tkanek, już też wydzielane drażnią nerki, powodują często ich schorzenie, jakto np. niestety smutna statystyka odnośnie do sportu wykazuje. To obniżenie zdolności utlenienia powoduje efekt różny od wyżej wspomnianego, bo pod-

kopanie odporności ustroju, podatność i skłonność do wszelkiego rodzaju schorzeń, obniżenie żywotności wszystkich tkanek.

Stan ten dłuższy czas się utrzymujący musi zniszczyć zdrowie i stać się w późniejszych latach przyczyną często niedającego się uzdrowić charłactwa. Wszak z doświadczenia wiemy, jak szybko gaśnie blask naszych gwiazd sportowych, jak ciężko ludzie ci płacą w późniejszem życiu za krótkie dni wątpliwych tryumfów.

Jasną tedy rzeczą, że jeśli sokolstwo ma godnie odpowiedzieć swemu zadaniu, musi plan wychowania fizycznego przeprowadzić z pełną świadomością korzyści i niebezpieczeństw ze stosowaniem ćwiczeń fizycznych związanych. Możliwe bowiem wyzyskanie dodatnich stron, a umiejętne unikanie ujemych stanowić ma główny, jeśli nie jedyny drogowskaz w tej pracy.

Materyał ćwiczeń fizycznych, z którego mamy czerpać, rozpada się, jak wiadomo, na 4 działy:

a) gimnastykę;
b) gry i zabawy ruchowe;
c) praktyczne ćwiczenia ruchowe na wolnem powietrzu (polowe);
d) sport w ścisłem słowa tego znaczeniu.

Pierwszy rodzaj ćwiczeń przedstawia nam układ sztuczny, natomiast 3 pozostałe układ naturalny.

Zaletą gimnastyki w przeciwstawieniu do grupy ćwiczeń układu naturalnego jest możność dowolnego stopniowania tychże, bogaty dobór ćwiczeń, dostosowany dowolnie do ściśle określonych grup mięśniowych, wieku i sił ćwiczących, a wreszcie budzenie karności przez podporządkowanie zbiorowości pod wolę jednostki. Ujemne strony i przywiązanie ćwiczeń tej kategoryi do przestrzeni zamkniętych, z ograniczonem bądźcobądź dopływem powietrza świeżego, łatwe nużenie się ćwiczących spowodowane brakiem żywszego zajęcia się tym rodzajem ćwiczeń.

Gry i zabawy, jak również praktyczne ćwiczenia polowe odznaczają się tą zaletą, że odbywają się z reguły na wolnem powietrzu, wystawiając ustrój na bezpośredni wpływ zmian atmosferycznych, hartując w ten sposób ciało, a budząc żywe zainteresowanie, chętniej pociągają do stałego ich uprawiania. Nadto wpływaja nader korzystnie na umysł, budząc odwagę, zdolność spostrzegawczą, hart duszy i inne przymioty. Ujemną ich stroną to, że sposób pracy i ćwiczeń ciała jest jednostronny, pobudza mięśnie i części ciała do ruchu w ograniczonym zakresie, nierównomiernie, tak że przy stałem lub wyłącznem stosowaniu jednego rodzaju ćwiczeń wystąpić mogą wady rozwojowe mniej lub więcej wybitne, a ponadto prowadzone bez należytego nadzoru lub uświadomienia mogą łatwo doprowadzić do objawów przesilenia.

Sport w ścisłem słowa tego znaczeniu różni się od poprzednich charakterystycznem piętnem, jaki mu nadaje kierunek czysto zawodniczy. Wszystkie ćwiczenia fizyczne, którym przyświeca hasło »rekord« tu zaliczyć trzeba. W pojęciu ćwiczeń fizycznych sport czysty właściwych korzyści dla ciała prawie nie przedstawia. Korzyść bowiem, jaką ustrój odnosi w pobycie na świeżem powietrzu, jak również hartujący wpływ zmian atmosferycznych na ustrój przeciwważy z naddatkiem niezbędnie ze sportem wiążący się nadmierny wysiłek tem szkodliwszy, że okresowo się powtarzający, który wcześniej czy później musi doprowadzić do objawów przesilenia. Sport, jako taki winien być stanowczo wykluczony jako czynnik wychowania fizycznego, owszem wpływ jego zarówno pod względem fizycznym jak i psychologicznym należy uznać za zgubny i szkodliwy.

Z uwagi więc, że żadne z ćwiczeń polowych, żadna z gier ruchowych nie mogą być same przez się wyłącznie jako takie dla celów racyonalnego wychowania fizycznego i kultury ciała zużytkowane, a z drugiej strony uświadamiając sobie fakt, że wymienione ćwiczenia przedstawiają znakomity sposób budzenia hartu i zalet ducha, sokolstwo przyjmuje tak jak dotąd za podstawę ćwiczeń fizycznych racyonalnie pojętą gimnastykę, uzupełniając ją w szerokim zakresie ćwiczeniami ruchowemi w polu.

Stosunek obu rodzajów ćwiczeń do siebie, ich układ, winien być unormowany, jednak w szerokie ujęty ramy, aby pozostawiał swobodę w działaniu świadomym owych zadań kierownikom w dostosowywaniu ich do warunków, potrzeb i indywidualności ćwiczących.

Sposób prowadzenia ćwiczeń gimnastycznych winien mieć za podstawę znajomość stosunków anatomicznych, czynności fizyologicznych ciała ludzkiego i prawideł zdrowotnych, braku tego bowiem nie zastąpi najlepszy system, ani najlepiej obmyślany tok lekcyjny z korzyścią dla kultury ciała.

Z reguły z planu usunąć nam trzeba ćwiczenia zawodnicze i sport jako taki, które zastąpione być winne ćwiczeniami praktycznemi na wolnem powietrzu, w związku z zasadniczą myślą i ideą sokolą pozostające, jak marsze, musztra, turystyka, narciarstwo, pływanie, jazda konna, kolarstwo, strzelanie, szermierka itp.

Ćwiczenia te stosownie prowadzone potrafią kształcić ducha w myśl zasad idei sokolej, zahartują ciało trudem życia, obozowego, które będzie najlepszą szkołą upragnionej karności i jedności.

Gry i zabawy jako mniej wysiłku i trudu wymagające stanowią natomiast cenne uzupełnienie ćwiczeń gimnastycznych dla wieku młodocianego i dziatwy, w którym to wieku wogóle większe i dłużej trwające wysiłki za przeciwskazane uważać należy. Szczegółowe przedstawienie środków i sposobów technicznych dotyczące tejże reformy wychowania fizycznego w Sokolstwie jest treścią innego re-

feratu (Dr. Wyrzykowski), ze swej strony jednak podkreślić jeszcze pragnę, iż w nowym planie nie tyle dążyć należy do ujęcia całokształtu ćwiczeń fizycznych w ciasny program w miarę czasu, potrzeb i zapatrywań się zmieniający, ile przedewszystkiem do wyszkolenia i wykształcenia sił nauczycielskich, świadomych zawsze zadań idei sokolej, świadomych potrzeb i wad narodowych, którzyby nietylko ciało kształcić, ale też ducha i serce urabiać mieli.

Jeśli więc Sokolstwo ma skutecznie działać na polu wychowania fizycznego, winien system dotychczasowy ćwiczeń uledz zmianie i poprawie w myśl przytoczonych powyżej wywodów, które się dają streścić w żądaniu:

Ustalenia całokształtu ćwiczeń fizycznych w duchu potrzeb narodowych i wymogów zdrowotnych ze szczególnem uwzględnieniem stosunku praktycznych ćwiczeń ruchowym na wolnem powietrzu do racyonalnej gimnastyki.

Sprawy Towarzystwa hygienicznego.

PROTOKÓŁ

z posiedzenia Komitetu gospodarczego I. Zjazdu hygienistów polskich, odbytego dnia 9. września 1912 roku.

Obecni: Prof. Dr. Panek, Dr. Bernadzikowski, Dr. Lipski, Dr. Mikołajski, Prof. Łukasiewicz, Dr. Opieński i Dr. Kaczorowski.

Prof. Dr. Panek jako przewodniczący Komitetu zdaje sprawozdanie z dokonanych dotychczas czynności. Przedewszystkiem Komitet, aby umożliwić dojście do skutku Zjazdu postarał się o odpowiednie fundusze. W tym celu wniósł petycye do Rady miasta Lwowa, do Sejmu, do Ministeryum Oświaty, Spraw wewnętrznych, Robót publicznych i Skarbu. Miasto Lwów uchwaliło już zasiłek w kwocie 5000 koron, która to suma ma być wstawiona do budżetu na rok 1913. Od Rządu i Sejmu spodziewa się również Komitet wydatniejszej pomocy. Następnie przewodniczący omawiał organizacyę Zjazdu, a więc: podział na sekcye i wybór prezesów i sekretarzy tychże. Ponieważ praca ta już jest na ukończeniu, przyszedł czas, aby zwołać Komitet obszerniejszy, któryby zajął się szczegółowem opracowaniem działalności poszczególnych sekcyi. Postanowiono zwołać Komitet obszerniejszy z końcem września b. r.

Następnie przewodniczący zawiadamia, że zaprosił do wzięcia udziału w Zjeździe władze sanitarne wojskowe. Wojskowość okazała gotowość wzięcia udziału w naszych pracach, uczyniła to jednak zależnem od pozwolenia ze strony Ministerstwa wojny, do którego Komitet ma wnieść podanie. Uchwalono.

Wkońcu przewodniczący omawia organizacyę komitetów zamiejscowych, w szczególności miasta Krakowa i Warszawy. Do wszystkich Towarzystw w kraju, w Królestwie polskiem i Księstwie poznańskiem, pracujących na polu hygieny rozesłane zostały ze strony Komitetu zaproszenia do wzięcia udziału w Zjeździe. Towarzystwo lekarskie krakowskie przekazało sprawę zjazdu hygienistów polskich zawiązanemu tu z inicyatywy Towarzystw lekarskiego i technicznego Komitetowi hygieniczno-technicznemu. Komitet ten w obszernem piśmie, odczytanem przez sekretarza Komitetu gosp. omawia szczegółowo przesłany program i dochodzi do następującego wniosku:

Komitet wychodząc ze założenia, że jeśli praca zjazdu ma być wydatną i przynieść realne korzyści należy przedewszystkiem i bezwarunkowo zarzucić podział na sekcye, a w miejsce tego przyjąć kilka najbardziej aktualnych tematów i te poddać szczegółowemu opracowaniu i dyskusyi na zjeździe. W ten sposób temat może być rzeczywiście źródłowo opracowany i dyskusya może być wyczerpująca. Ograniczenie liczby tematów przyczyni się też do tego, że tem chętniej wszyscy hygieniści oczekiwać będą terminu następnego zjazdu. Komitet krakowski dla przykładu podaje kilka ogólnych spraw, które na zjeździe mogłyby być wyczerpująco omówione.

Następnie sekretarz odczytuje dwa pisma warszawskiego Towarzystwa hygienicznego z dnia 16. i 25. lipca br. W pierwszem piśmie zawiadamia nas Towarzystwo, że Rada Towarzystwa zorganizowała Komitet miejscowy, zaprosiwszy do udziału w nim następujące Towarzystwa, które przysłały swych delegatów:

1. Warszawskie Towarzystwo lekarskie (delegat Dr. Witosław Dąbrowski).
2. Stowarzyszenie lekarzy w Warszawie (delegat Dr. K. Rzętkowski).
3. Stowarzyszenie techników (delegat inż. Ignacy Radziszewski).
4. Stowarzyszenie Nauczycielstwa polskiego (delegatka Drowa T. Mączkowska).
5. Tow. hygieny praktycznej im. B. Prusa (delegat Z. Nagórski, prawnik).
6. Tow. przeciwgruźlicze (del. Dr. I. Szmurło).
7. Tow. kultury polskiej (del. Dr. W. Męczkowski).

W ten sposób Komitet miejscowy składać się będzie z członków Rady Towarzystwa Hygienicznego (członkami są: Dr. J. Polak (prezes), Dr. W. Dąbrowski (sekretarz), Dr. J. Bączkiewicz (wiceprezes), Dr. Szwajcer (skarbnik), Dr. K. Chełchowski, inż. T. Bielski, mag. farm. M. Białobrzeski, Dr. Chrostowski, Dr. K. Hewelka, Dr. Kucharzewski, Dr. St. Kurtz, mag. farm, Koskowski) i wyżej wymienionych delegatów. Na posiedzeniu, które odbędzie się dnia 16. września członkowie Komitetu, po rozpatrzeniu ogólnego programu prac, zajmą się przygotowaniem materyału, a następnie będą się porozumiewać od czasu do czasu na wspólnych posiedzeniach, urządzanych przez Radę Towarzystwa, która ofiaruje kancelaryę swą na usługi Komitetu.

Wobec faktu, że udział pedagogów w Zjeździe jest niezbędny, a wykłady w szkołach zaczynają się w pierwszych dniach września, Komitet miejscowy uważa za niezbędne zwrócić uwagę Komitetu gospodarczego na konieczność oznaczenia takiego terminu, aby Zjazd nie później, jak dnia 4. września się skończył.

Odpowiada to również i życzeniu Zjazdu Towarzystwa Hygienicznego, który w maju r. b. odbył się we Włocławku.

Co do regulaminu (porządku) Zjazdu, Komitet miejscowy poczynił następujące uwagi:

W artykule trzecim niezbędne jest dodanie na początku wyrazów: »Komitet przyjmuje członków i uczestników Zjazdu«. Ponieważ cenzus w danym wypadku nie da się określić, tak jak to bywa w Zjazdach zawodowych, przeto bez wzmiankowanego zastrzeżenia, skład Zjazdu mógłby ucierpieć na powadze, zwłaszcza wobec licznego udziału osób, zajmujących się hygieną »pod względem praktycznym«.

Odpowiednio do tego uzupełnienia musiałby uledz zmianie i artykuł czwarty, a mianowicie: zamiast »każdy członek ma nadesłać wraz ze zgłoszeniem« należy wyrazić »przy zgłoszeniu nadesłać należy«. Do artykułu piątego w końcu tegoż należy dodać: »Uczestnicy Zjazdu mogą brać udział w posiedzeniach sekcyi i ogólnych bez prawa głosu, jak również uczestniczą w zebraniach towarzyskich i wycieczkach«.

Wszystkie inne artykuły łącznie z podziałem na sekcye, Komitet miejscowy w zupełności aprobuje.

W drugiem piśmie donosi nam Towarzystwo hygieniczne warszawskie, że: Rada Towarzystwa z delegatami na posiedzeniu, w dniu 16. lipca odbytem, zajęła się rozpatrzeniem w najogólniejszych zarysach programu Zjazdu. Przedewszystkiem zajęto się sprawą podziału na sekcye i wobec oświadczenia Prezesa, że dawały się słyszeć głosy, iż należałoby się ograniczyć bardzo małą liczbą referatów, aby wszystkie poddać szczegółowej dyskusyi ogółu członków, bez podziału na sekcye, sprawę tę rozpatrzono wszechstronnie i zgodzono się, że gdyby Zjazd miał być nieliczny i gdyby zjazdy powtarzały się corocznie, wówczas system dyskusyi gremialnych nad kilkoma sprawami, tak jak to się dzieje na Zjazdach rocznych Towarzystwa Hygienicznego, byłby w istocie uzasadniony. W danym wszakże wypadku, wobec tego, że:

1. Zjazd powinien być jaknajliczniejszy i wszechstronnością swą uzyskać dla zdrowotności społecznej znaczną powagę.

2. Zjazdy powtarzać się będą nie częściej jak co 2 lub 3 lata, skutkiem czego wiele spraw ważnych pozostaćby mogło bez wspólnego rozpatrzenia hygienistów z różnych dzielnic.

3. Specyaliści różnych kategoryi (pedagodzy, lekarze, inżynierowie itp.), łączyć się muszą w sekcye, dając tem gwarancyę najdokładniejszej pracy, podczas, gdy przy rozpatrywaniu spraw tylko na ogólnych posiedzeniach, większość mogłaby być w ważnych sprawach niekompetentną, należy przeto utrzymać podział na sekcye, łącząc niektóre z nich dopiero wówczas, gdy liczba i charakter prac zgłoszonych wykaże konieczność tego.

Następnie uchwalono, że najważniejszą rzeczą byłoby uzyskać referaty programowe, według programu, opracowanego przez Komitety i zaakceptowanego przez Zarząd i że w Warszawie opracowaniem programu zajmie się Rada z delegatami.

Ostateczny spis referatów zostanie ułożony w październiku r. b.

W niniejszem piśmie podało nam również Towarzystwo hygieniczne warszawskie projekt nadzwyczaj aktualnych referatów, które Komitet gospodarczy z żywem zadowoleniem przyjął do wiadomości.

Nad pismami temi wywiązała się szeroka dyskusya, rezultatem której były uchwały, które postanowiono wspomnianym Towarzystwom zakomunikować.

Towarzystwu Hygieniczno-Technicznemu w Krakowie uchwalono odpowiedzieć, że jakkolwiek pewne względy rzeczywiście przemawiałyby za tego rodzaju układem programu, w szczególności techniczną część organizacyi uprościłoby się znacznie, nabierając jednolitości, to przecież poważne względy przemawiają przeciw. Warszawskie Towarzystwo hygieniczne podaje poważne argumenty, oświadczając się za podziałem na sekcye, podczas zaś dyskusyi na posiedzeniu Komitetu gospodarczego podniesiono moment bardzo ważny mianowicie, że w Zjeździe biorą udział Towarzystwa, tworząc oddzielne sekye, które to Towarzystwa swoje zjazdy doroczne połączyły ze zjazdem hygienistów, jak np. Towarzystwo walki z gruźlicą i Związek Zdrojowisk. Towarzystwa te ze względu na szereg spraw, wymagających rozpatrzenia wszechstronnego, niezgodziłyby się na wybór tylko jednego tematu, omawianego gremialnie. Ostatecznie Zjazd w ten sposób zorganizowany posiadałby wszelkie wady właściwe sekcyi medycyny publicznej na zjazdach przyrodników i lekarzy.

Towarzystwu hygienicznemu w Warszawie zaś uchwalono zakomunikować, że zmieniono regulamin zjazdu w myśl nadesłanych słusznych uwag i że co do terminu zjazdu Komitet nie powziął jeszcze ostatecznej decyzyi, przechylając się jednak większością głosów z ważnych powodów (udział sił uniwersyteckich w Zjeździe) na drugą połowę września 1913.

Ostateczne ustalenie terminu pozostawiono osobistemu porozumieniu się Komitetu gosp. z Towarzystwami w Krakowie, Warszawie i Poznaniu.

Następnie Komitet gosp. zajmował się stroną finansową Zjazdu i uchwalił: Ponieważ obecne czynności wymagają rozlicznych wydatków, które Towarzystwo hygieniczne pokryć nie jest w stanie, należy prosić Prezydyum miasta Lwowa o wydatną zaliczkę na konto uchwalonej przez Radę miasta subwencyi.

Wobec tego, że sprawa ustalenia referatów i wogóle odczytów stała się obecnie aktualną, Dr. Mikołajski postawił następujący wniosek: Ponieważ jest rzeczą ze wszech miar pożądaną, aby referaty, względnie streszczenia tychże mogły być wydrukowane na czas zjazdu, winni odnośni referenci nadesłać je najpóźniej do dnia 1. czerwca 1913 r.

Również i autorzy, którzy życzą sobie, aby ich prace umieszczone były na czas zjazdu w pamiętniku, winni je nadesłać w tymże terminie. Uchwalono.

Po wyczerpaniu porządku dziennego przewodniczący zamknął posiedzenie.

Dr. Bronisław Kaczorowski, sekretarz. *Prof. Dr. Kazimierz Panek,* przewodniczący.

SPRAWOZDANIA I STRESZCZENIA.

Choroby zakaźne, mikrobiologia.

Freymuth W. **Czy możliwe zakażenie ręką chorego na gruźlicę.** *(Zeitschr. f. Tuber. B. 17).*

Autor wykonał szereg doświadczeń dla stwierdzenia, czy ręka człowieka chorego na gruźlicę może się stać źródłem świeżego zakażenia. Wbrew zapatrywaniom Petruszky'ego przychodzi F. do przekonania na podstawie swoich doświadczeń dokonanych z chorymi gruźliczymi w daleko posuniętem stadyum choroby, że ręka średnio czystego chorego ze stwierdzonymi prątkami w plwocinie, nie tworzy niebezpieczeństwa zakażenia gruźlicą.

Rabnow i Reicher K. **Gruźlica a ciąża.** *(Deutsche Med. Wochenschrift 1911).*

Autorowie mieli w obserwacyi 10 kobiet chorych na gruźlicę, które w r. 1909 rodziły. Z tych tylko u 2 były większe zmiany w płucach, inne chore znajdowały się w I. stadyum choroby. Po porodzie wystąpiło u 3 kobiet znaczne pogorszenie stanu chorobowego w płucach w porównaniu ze stanem przed porodem. Przyrost na wadze wykazało 6 kobiet (od 1—5 kg), u 4 wystąpił ubytek ciężaru ciała (od 1, 8, 9 i 11 kg). Jedna z kobiet karmiła przez 11 miesięcy dziecko bez złych następstw dla siebie. Autorowie przychodzą do przekonania, że przy gruźlicy zamkniętej może kobieta chora sama karmić bez szkody dla swego zdrowia a z korzyścią dla swego dziecka. Z 10 dzieci żyło w maju 1911, 7-ro. Dwoje zmarło w 4 miesiącu, jedno w 6 miesiącu, rzekomo na gruźlicę kiszek.

Frigyesy J. i Kiralyfi G. **Gruźlica a ciąża.** *(Gyn. Rundschau Bd. 5).*

Autorowie przychodzą, na podstawie swych badań, do następujących wniosków: Ciąża działa w większości przypadków niekorzystnie na gruźlicę. W II.

stadyum gruźlicy należy zawsze ciążę przerwać i to już w pierwszych miesiącach. W I. stadyum gruźlicy należy również przerwać ciążę, o ile nastąpi pogorszenie stanu chorobowego. W III. stadyum choroby przerwanie ciąży niema celu. Przy gruźlicy krtani należy zawsze o ile na to pozwala stan chorej przerwać ciążę. W drugiej połowie nie powinno się już ciąży przerywać.

L. Bitter. **O zamieraniu bakteryi na ważniejszych metalach i materyałach budowlanych.** *(Ztschr. f. Hyg. 1911).*

Autor dokonał licznych prób, badając powierzchnie przedmiotów metalowych i innych pod względem ich bakteryobójczości wobec bakteryi zasychających na nich w warunkach naturalnych, jakie się napotyka w mieszkaniach ludzkich. Bakteryobójczość metali jest dość znaczna. Najsilniej działa miedź, potem mosiądz, srebro, złoto, platyna, ołów, żelazo lane, stal, glin, nikiel, cynk, cyna. Zamieranie bakteryi na tych metalach przyspiesza się przez zwilżenie powtórne przyschłych kultur. Zresztą obojętne jest, czy metale są zupełnie czyste, czy też utlenione na powierzchni. Z pomiędzy materyałów używanych w budowie domów odznacza się linoleum stale bakteryobójczemi własnościami. Zamieranie bakteryi następuje szybciej na powierzchniach gładkich aniżeli na chropawych. Wszelkie gatunki szkła były wyraźnie bakteryobójcze na swej powierzchni. Natomiast drewno tak budowlane, jak i meblowe przedstawia na swej powierzchni bez wyjątku korzystne warunki dla długiego przebywania bakteryi. Ani polerowanie, ani też zwykłe bajcowanie nie zmienia tych korzystnych warunków. *(Czas. Techn. Nr. 25 1912).*

J. Sabrazes. **Sposób nowy, prosty i pewny uwydatniania zabarwionych krętków bladych.**

Ażeby uczynić widzialnymi krętki blade, wystarcza, jak twierdzi autor, zabarwić je fuksyną karbolową Ziehla, rozcieńczoną 3 do 5 częściami wody przekroplonej, której puszcza się kilka kropel na szkiełko pokrywkowe, mające przykryć preparat wysuszony, lecz nie utrwalony, przygotowany na szkiełku przedmiotowem.

Na tak przygotowanym preparacie, przy powiększeniu 800 do 1000 razy i mocnem oświetleniu łatwo jest badać świdrowce, które od innych odróżniają się tem, że nie barwią się metylenem $^{1}/_{500}$.

Ażeby przez dłuższy czas zachować niezmieniony preparat, należy brzegi szkiełka posmarować parafiną. *(Med. i Kron. Lek. 1912, Nr. 35).*

T. Shmanine. **Szybki sposób barwienia krętków.**

Krętki blade, otrzymane z hodowli, źle barwią się zwykle stosowanymi sposobami, z których najczęściej używamy metody Giemzy. Sposób autora pozwala barwić nietylko wspomniane krętki, ale daje możność odróżnić od krętków bladych i inne ich gatunki, np. Spir. refringens. Pierwsze na zabarwionym preparacie wyglądają więcej blado i są cieńsze.

Rozprowadzony na szkiełku materyał utrwala się na gorąco lub wyskokiem metylowym, następnie puszcza się na niego 3 do 4 kropel roztworu wodanu potasu 1%, później, natychmiast, bez zmywania, kilka kropel wodnego roztworu fuksyny (roztwór wyskokowy nasycony fuksyną: 1,0 na 20 wody przekroplonej) lub też skoncentrowanego roztworu wodnego cristal-violetu. Barwnik pozostawia się 3 minuty, w tym czasie płyn mętnieje i powoli wydziela osad, nakoniec odbarwia się. Szkiełko zmywa się wodą, suszy i preparat bada w balsamie kanadyjskim.

W celu otrzymania mocniejszego zabarwienia odbarwiony płyn zamienia się nowym, którą to czynność powtarza się kilkakrotnie. Zamiast roztworu potasu można użyć węglanu sodu 4 do 5% lub też mocnego amoniaku. Ten ostatni daje jednak mniej pomyślne wyniki. *(Med. i Kr. Lek. Nr. 35, 1912).*

Hygiena społeczna i szkolna.

Dr. Frank. Oczyszczanie wód zapomocą związków fluorokrzemowych.

Autor oczyszcza wodę w sposób następujący: Wodę zadaje się naprzód krzemianem alkaliów (szkła wodnego), a następnie fluorokrzemianem glinowym do reakcyi obojętnej lub co najwyżej słabo kwaśnej. Już przez dodatek szkła wodnego następuje częściowo strącenie niektórych przedtem rozpuszczonych we wodzie soli, jak wapniowych, magnowych i żelazawych; po dodaniu zaś fluorokrzemianu glinowego powstaje bardzo obfity osad kryolitu i kwasu krzemowego. Osady te są kłaczkowate, kolloidalne, zabierają przeto wszelkie zawieszone w wodzie zanieczyszczenia i wskutek tego uwalniają ją też od pewnych organicznych a barwnych zanieczyszczeń. Mały nadmiar fluorokrzemianu glinowego wywiera też wpływ odkażający. Jeśli woda tak oczyszczona ma służyć jako napój dla ludzi, to wówczas trzeba zabrać drobne reszty krzemofluorku glinowego i kwasu krzemowego zapomocą wody wapiennej lub węglanu wapniowego, a to przed filtrowaniem wody oczyszczanej. *(Czas. Techn. 1912).*

Zwalczanie alkoholizmu przez szkołę.

Pod przewodnictwem prezydenta senatu Dra V. Straussa i Torney'a, przy współudziale bardzo licznym przedstawicieli władz pruskich, rozmaitych związków i towarzystw, odbyło się zebranie związku niemieckiego »nieużywania napojów wyskokowych«.

Rektor Terbrüggen-Hamm na temat: »Współdziałanie szkoły i wpływ nauczycieli«, wypowiedział następujące twierdzenia:

I. Dopóki alkoholizm coraz bardziej się rozwija wśród naszego ludu, nieodwołalnym obowiązkiem szkoły jest użyć całego swego wpływu, wychować młodzież, wolną od alkoholu i wyzyskać wszelkie możliwe środki, ażeby cel ten osiągnąć. II. Pomimo nakazu władz szkolnych, np. pruskiego ministeryum oświaty, szkoła dotychczas tej powinności zadość nie uczyniła w mierze dostatecznej. III. Przyczyna leży w tem, że ogół niemieckich nauczycieli, bardzo czuły na zagadnienia społeczne, na kwestyę alkoholizmu po większej części jeszcze nie zwrócił uwagi. IV. Zadaniem głównem wybranej komisyi powinno być zapoznanie się z działaniem alkoholu szczególniej na organizm młodzieży i rozpowszechnienie zdobytych wiadomości drogą nauczania i drogą codziennego życia. V. Komisya zgadza się zwrócić szczególną uwagę na nauczanie w szkole o zgubnych skutkach używania alkoholu. Nauczanie według komisyi odbywać się będzie wszędzie tam, gdzie tylko ku temu zdarzy się sposobność. Nauczanie powinno iść w parze z przyzwyczajeniem. O tem nie należy zapominać, że w święta młodzież szkolna stale używa alkoholu. VI. Komisya przyłoży się do tego, ażeby w podręcznikach nie brakowało materyału, dotyczącego kwestyi alkoholu. VII. Również zwróconą będzie uwaga na to, ażeby za pomocą odczytów publicznych, artykułów odpowiednich, wieczorów rodzinnych, uwydatniać znaczenie kwestyi alkoholowej. VIII. Wychowawcom, pragnącym umieszczać dzieci w szkołach ludowych i w wyższych szkołach, będą rozdawane broszury, wykazujące całą szkodliwość używania alkoholu; podobne broszury będą wydawane uczniom po wyjściu z szkół ludowych. IX. Pożądanem również byłoby, ażeby do uczniów, wstępujących do szkół, odpowiedni mowca w rzeczowej i dosadnej przemowie uwydatnił złe następstwa używania alkoholu i wpływu na tę

młodzież, aby porzuciła nawet myśl używania wyskoku. X. Komisya w walce z alkoholem wiele trudności napotka, niechaj jednak będzie dla niej pobudką myśl i nadzieja, że wychowa ona pokolenie przyszłe o woli silnej i niezłomnej, uzbrojone przeciw używaniu alkoholu i poziom intelektualny pokolenia tego znacznie się podniesie. (*Zdrowie Z. 4, 1912*).

Lekarze szkolni i zwalczanie alkoholu. *(Zeitschr. f. Schulgespfl. Nr. 11 1908).*

Związek niemieckich filologów abstynentów zwrócił się do szkolnych lekarzy z prośbą, ażeby oni dołożyli starań do zwalczania alkoholizmu.

Wychowanie młodzieży, nie używającej alkoholu, powinno być celem tych zabiegów i jest wprost koniecznością dla zdrowotności niemieckiego narodu. Wychowywać tą młodzież należy nietylko w klasach niższych gimnazyalnych, lecz i w klasach wyższych, aż do ukończenia rozwoju fizycznego. Wychowanie to nie powinno się odbywać drogą zakazu używania alkoholu, lecz drogą rozumową, drogą oświetlenia zgubnych skutków używania alkoholu na rozwój psychiczny i fizyczny danych osobników, drogą, uwydatniającą zwyrodnienie zupełne całych pokoleń, których rodzice czcili kieliszek; drogą kształcenia woli młodych ludzi.

Najprodukcyjniej i najowocniej działać tu mogą lekarze szkolni. Wiek młodzieńczy, narażony na tyle niebezpieczeństw ze wszystkich stron i pod każdym względem, przedstawia podatne pole, na którem lekarz-psycholog i hygienista wiele zdziałać może.

Szczególniej należy wpływać na młodzież, ażeby ona przed ukończeniem się rozwoju fizycznego, które nastąpi około 20 roku życia, absolutnie alkoholu nie używała. *(Zdrowie, Z. 4, 1912).*

***Wilker.* Źródła alkoholizmu w średnich szkołach męskich.** *(Die Alkoholfrage 1908, z. IV).*

Obrazki z życia szkolnego wskazują na konieczną reformę tegoż życia oraz samej młodzieży. Nie można inaczej, jak bezmyślnością nazwać zjawiska, iż rodzice sami dają swym dzieciom do picia wino, piwo i likiery. Jeżeli zaś rodzice nie mają dostatecznej świadomości swych najświętszych obowiązków, to cóż tu mówić dopiero o płatnych opiekunach i wychowawcach? Dotyczy to w pierwszym rzędzie nauczycieli, którzy niezbyt idealnie pojmują swoje zadanie. Nauczyciele, zdaniem autora, winni poświęcać więcej uwagi życiu swych pupilów, powinni działać na nich wychowawczo, a przedewszystkiem powinni własnym trybem życia dawać swym wychowańcom i uczniom rozumny przykład. Zasadniczą winą jest wielka opieszałość społeczna w zakresie omawianego zagadnienia. Młodzież zaś zadawalnia się właściwą jej skłonnością do naśladownictwa trybu życia starszego pokolenia, a więc uczęszcza do piwiarni i knajp wszelkiego rodzaju, bo tak przecież czynią nauczyciele, rodzice, a przedewszystkiem — studenci wyższych zakładów naukowych. Albo weźmy dla przykładu, powiada autor, wycieczki szkolne lub święta szkolne. Nigdy się tam nie obejdzie bez napojów wyskokowych. W tejże, tak niepochlebnej dla młodzieży niemieckiej pracy, znajdujemy zdanie, iż owa młodzież uważa picie napojów wyskokowych za nieodzowną cechę patryotyzmu. A zatem, kończy autor, źródeł alkoholizmu młodego pokolenia nie szukajmy zbyt daleko: znajdziemy je przedewszystkiem w domu i w szkole. *(Zdrowie, Z. 4, 1912).*

KRONIKA.

Dr. Zdzisław Lachowicz, inspektor sanitarny został mianowany referentem sanitarnym przy c. k. Namiestnictwie we Lwowie.

Sprawozdanie Lwowskiego Towarzystwa Ratunkowego z czynności za miesiąc sierpień bieżącego roku wykazuje następujące liczby: Towarzystwo wzywano 1102 razy, z tego 842 razy w dzień i 260 razy w nocy; przypadków urazów było 783, nagłych zasłabnięć 235, zamachów samobójczych 10; przewieziono 74 chorych.

Maszyna do mycia banknotów została po dłuższych próbach wprowadzona w Stanach Zjednoczonych Ameryki P. na podstawie doświadczenia, że oczyszczanie banknotów, zresztą jeszcze dobrych, zapobiega częstemu ich wymienianiu na nowe, co jest znacznie kosztowniejsze. Maszyna »pierze« i prasuje noty w ilosci 25 tysięcy sztuk dziennie, a ponieważ w Ameryce już od jednego dolara używa się pieniędzy papierowych, przedstawia to oszczędność około 2 milionów marek rocznie.

Konserwowanie jaj. Wynalazca niezawodnego sposobu trwałego zakonserwowania jaj na przeciąg mniej więcej jednego roku zrobiłby olbrzymi majątek. Sposób taki bowiem umożliwiłby producentom, względnie kupcom sprzedaż bardzo tanio zakupionych jaj w takich porach roku, gdy ceny tego artykułu wzrastają o 100% lub nawet więcej. Możnaby kapitał w ten sposób oprocentowywać olbrzymio. To też istnieje mnóstwo wynalazków w tym kierunku, lecz niestety dotąd nieudałych. Najnowszym jest pomysł A. Cichlara w Hamburgu, głównej siedzibie handlu eksportowego jaj. Czyste jaja wkłada się na 6 godzin do silnego spirytusu w naczyniu zamkniętem. W tym czasie wnika do wnętrza jaj tyle alkoholu, że tuż pod powłoczką naturalną, jaka się znajduje pod skorupką jaja, ścina się cienka warstwa białka zupełnie i tworzy nieporowatą, a więc szczelnie wnętrze jaja odgradzającą błonę. Błona ta nie dopuszcza z jednej strony powietrza do wnętrza jaja, a z drugiej nie dozwala wysychania zawartości. Jajo nie traci przytem nic na smaku, ani na wyglądzie, tak przynajmniej twierdzi wynalazca. *(Czasopismo Techniczne Nr. 25, 1912).*

Nowy sposób wszczepiania włosów w łysinę (Tow. lek. Budapeszt II. 1912). Szekely wszczepia w łysinę włosy obce w ten sposób, że długi włos wsuwa w złotą pętelkę, a tę znowu razem z włosem wprowadza pod skórę, przez co odrazu uzyskuje dwa włosy. Na jednem posiedzeniu w ten sposób, udaje się wszczepić do 500 włosów przez $^3/_4$ godziny. Włosy te i pętelki nie drażnią wcale skóry i utrzymują się znakomicie latami, bo około złotego haczyka tworzy się tkanka łączna. Rzecz prosta, że postępować należy bardzo czysto i operować w znieczuleniu.

Opieka nad dziećmi zrobiła w Rzymie obecnie znaczne postępy. Najpierw założono tak zwane »case del latte«, w których na wzór instytucyi kropli mleka udziela się rad matkom, waży i obserwuje niemowlęta, a nawet rozdaje się matkom bony na mleko, mięso, lub rozdaje się pożywienie w odpowiednich kuchniach. Dzieci od 1—2 lat doglądają na mieście specyalnie uproszone panie. Od 3 roku życia dzieci mogą uczęszczać do ogródków miejskich przez lat 3, poczem przechodzą do szkół ludowych, gdzie zaczyna się nad niemi roztaczać już opiekę lekarską w postaci badań lekarzy szkolnych. W godzinach wolnych od nauki pozostają dzieci w t. zw. ricreatori (rodzaj klubu dziecięcego), gdzie bawią się, uczą gimnastyki, sportów, muzyki, dyscypliny wojskowej itp. Lokalów na to udziela gmina. Potem wyćwiczone dzieci tworzą hufce i wyruszają ze swymi nauczycielami za miasto. Dla dzieci, mających wady fizyczne,

są osobne sale ortopedyczne. Nadto koło Rzymu jest kilka szkół leśnych i na świeżem powietrzu. Dzieci przynoszą sobie tam składane ławki w tornistrze. Prócz tego nauka odbywa się też na dachach szkół, co niezmiernie korzystnie wpływa na zdrowie słabych osobników. Podczas wakacyi wysyła się dzieci nad morze, do kolonii gór (campi scholastici) i t. p., przyczem wędrują z obozu do obozu, robią spostrzeżenia topograficzne pod okiem nauczycieli, oglądają zakłady przemysłowe, pomniki historyczne i sławne miejscowości itp.

„Nasze Zdroje“, organ Kraj. Związku zdrojowisk i uzdrowisk, wychodzący pod redakcyą Dra Bandrowskiego już trzeci rok zdobyły w swoim zakresie oprócz wielkiej poczytności wartość pierwszorzędnych a źródłowych informacyi z ruchu sezonu kąpielowego w całej Polsce.

Każdy numer tego pisma przynosi cały szereg ciekawych rozpraw i artykułów naukowych, przystępnych dla ogółu, jak ostatnio Dra Krzyżanowskiego »Sprawozdanie o rozwoju Związku«, Dra Skórczewskiego »Indywidualizm w leczeniu dyetą«, Dra Ebersa »Epokowe odkrycie nowego źródła w Krynicy«, Z. Kęczkowskiej »Gdzie spędzić lato«, Dra Westreicha »Przemysł zdrojowy w odniesieniu do zdrojowisk«, T. Łazarskiego »Zdrojowiska a dzieci«, Dra Łobaczewskiego »Nasza turystyka«, Doc. Dra Biegeleisena »Przemysł instalacyjny w zdrojowiskach«, Dra Konwerskiego »Dwie wycieczki balneologiczne do Druskienik na Litwie«, Dra Orłowicza »Wycieczka medyków lwowskich po zdrojowiskach«, Dra J. Bandrowskiego »Zdrojowiska w Królestwie Polskim« i »Bogactwa naszej ziemi«, Dra Lewickiego »Leczenie chorób kobiecych w zdrojowiskach«, Dra Pawlika »O Niemirowie słów kilkoro«, Dra Ebla »U kolebki wodolecznictwa«. Również oryginalne korespondencye z całej Polski składają się w każdym numerze na kalejdoskopowy »Przegląd zdrojowisk i uzdrowisk«, którego dopełnia wreszcie niezwykle aktualnie prowadzony »Biuletyn sezonowy z ostatniej chwili« z podaniem najnowszych wydarzeń i wykazem osobowym i liczbowym frekwencyi z tygodnia. Każdy numer zdobią piękne ilustracye ze zdrojowisk i miejsc turystycznych ziem polskich od Połągi, Sławuty, Pohulanki nad Dźwiną począwszy, aż do Karpat i Tatr.

TREŚĆ.

Prof. Dr. K. Panek: Wychowanie fizyczne w programie zadań sokolstwa polskiego. 169 - 176.

Sprawy Towarzystwa hygienicznego. 176—179.

SPRAWOZDANIA I STRESZCZENIA.

Choroby zakaźne, mikrobiologia. Freymuth W.: Czy możliwe zakażenie ręką chorego na gruźlicę. — Rabnow i Reicher K.: Gruźlica a ciąża. — Frigyesy J. i Kiralyfi G.: Gruźlica a ciąża. — L. Bitter: O zamieraniu bakteryi na ważniejszych metalach i materyałach budowlanych. — J. Sabrazes: Sposób nowy, prosty i pewny uwydatniania krętków. — T. Shmanine: Szybki sposób barwienia krętków. — Hygiena społeczna i szkolna. Frank: Oczyszczanie wód. — Zwalczanie alkoholizmu przez szkołę — Lekarze szkolni i zwalczanie alkoholu. — Wilker: Źródła alkoholizmu w średnich szkołach męskich. 179—182.

Kronika. 183—184.

I. Związkowa drukarnia we Lwowie, ulica Lindego l. 4.